المملكة العربية السعودية
وزارة الشؤون الإسلامية والدعوة والإرشاد

671

शुभ जीवन के लाभदायक उपाय

लेखक
शैख़ अब्दुर्रहमान बिन नासिर अल्-सअ़्दी
रहिमहुल्लाह

मुद्रक व प्रकाशक
मंत्रिमंडल इस्लामिक विषय, औक़ाफ़ एवं आमन्त्रण व निर्देश
सऊदी अरब

وكالة المطبوعات والبحث العلمي
uspr@moia.gov.sa

मंत्रिमंडल इस्लामिक विषय, औक़ाफ़ एवं
आमन्त्रण व निर्देश का प्रकाशन

शुभ जीवन के लाभदायक उपाय

लेखक

शैख़ अब्दुर्रहमान बिन नासिर अस्-सअ़्दी
रहिमहुल्लाह

अनुवादक

अताउर्रहमान ज़ियाउल्लाह

मंत्रिमंडल के मुद्रण एवं वैज्ञानिक अनुसन्धान
विभाग के निरीक्षण अधीन मुद्रित
1439 H हि०

लेखक की ओर से

الحمد لله الذي له الحمد كله، واشهد ان لا إله إلا الله وحده لا شريك له، واشهد ان محمدا عبده ورسوله، صلى الله عليه وعلى آله واصحابه وسلم.

اما بعد:

हर प्रकार की प्रशंसा उस अल्लाह के लिये है जो समस्त प्रकार की प्रशंसा का योग्य है। और मैं साक्ष्य (गवाही) देता हूँ कि अल्लाह के अतिरिक्त कोई पूजित (माबूद) नहीं, वह अकेला है, उसका कोई साझी नहीं। तथा मैं साक्ष्य (गवाही) देता हूँ कि मुहम्मद (ﷺ) सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम उसके भक्त और संदेशवाहक हैं, अल्लाह तआला

आप पर और आप के संतान तथा सहयोगियों पर कृपा और शांति अवतरित करे।

दिल का आनन्द और हर्ष व उल्लास, शोक और चिन्ता–मुक्ति प्रत्येक मनुष्य का लक्ष्य और उद्देश्य है। इसी के द्वारा सुखित और शुभ जीवन प्राप्त होता है, तथा आनन्द और प्रसन्नता पूरी होती है। इसके कुछ धार्मिक कारण, कुछ प्राकृतिक कारण और कुछ व्यवहारिक कारण हैं। और यह समस्त कारण केवल मोमिनों (इस्लाम के अनुयायियों) के लिये ही एकत्र हो सकते हैं। किन्तु जो इनके अतिरिक्त लोग हैं यदि उन्हें किसी पक्ष और कारण से, जिसके लिये उनके बुद्धिमान अत्यन्त संघर्ष करते हैं, प्राप्त भी हो जाये तो अनेक अधिक लाभदायक और स्थिर, तथा उत्तम दशा और बेहतर निष्कर्ष वाले कारणों से वंचित रहते हैं।

किन्तु मैं अपने इस लेख में इस सर्वोच्च उद्देश्य जिसके लिये प्रत्येक व्यक्ति प्रयत्न करता है, के केवल उन कारणों का उल्लेख कर रहा हूँ जो (इस समय) मेरे मस्तिष्क में उपस्थित हैं।

चुनांचे कुछ लोगों ने इन में से अधिकांश कारणों को प्राप्त कर लिया जिसके फलस्वरूप उन्हों ने सुखी और मंगलमय जीवन व्यतीत की।

तथा कुछ लोग इन समस्त कारणों की प्राप्ति में विफल हो गये और फलतः उन्हें दुर्भाग्य और अशुभ जीवन व्यतीत करना पड़ा। और कुछ लोग अपनी सामर्थ्य और शक्ति के अनुसार इन दोनों के मध्य हैं। और अल्लाह तआला ही शक्ति प्रदान करने वाला और प्रत्येक भलाई की प्राप्ति तथा प्रत्येक बुराई को दूर करने पर सहायक है।

अध्याय

{ ईमान और पुन्य कार्य }

①– शुभ जीवन का सबसे महान कारण और उसका मूल आधार ईमान (विश्वास) और पुन्य कार्य (अमल सालेह) है।

अल्लाह तआला का फ़रमान है:

﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [النحل:٩٧].

जिस पुरूष अथवा स्त्री ने भी पुण्य कार्य किया और वह मोमिन हो, तो हम उसे शुभ जीवन प्रदान करेंगे और जो कुछ वह करते थे हम उन्हें उसका उत्तम प्रतिफल देंगे। (सूरतुन्–नह्लः 97)

इस आयत में अल्लाह तआला ने यह सूचना दी है और वादा (वचन) किया है कि वह ईमान तथा पुण्य कार्य करने वालों को इस संसार में शुभ जीवन तथा इस संसार और प्रलय (सदैव रहने

वाली ज़िन्दगी) में अच्छे प्रतिफल से सम्मानित करेगा।

इसका कारण स्पष्ट है : क्योंकि अल्लाह तआला पर शुद्ध (सच्चा पक्का) ईमान रखने वाले, पुण्य कार्य के लाभ प्रदायक और हृदयों, चरित्र और लोक व प्रलोक का सुधार करने वाला ईमान रखने वालों के पास ऐसे आधार और सिद्धान्त होते हैं जिसके द्वारा वह अपने ऊपर घटने वाले समस्त प्रकार के हर्ष व आनन्द के कारणों, तथा दुख, चिन्ता, शोक और व्याकुलता के कारणों का स्वागत (सामना) करते हैं।

प्रसन्न्ता जनक और आनन्दकर चीज़ों का स्वागत उसको स्वीकार करके, उस पर शुक्र अदा करके आरै उसको लाभदायक चीज़ों में प्रयोग करके करते हैं। जब वह उसका प्रयोग इस प्रकार करते हैं तो उन्हें उस पर प्रसन्नता, उस में स्थिरता और बढ़ोतरी (बर्कत) की लालसा और शुक्रगुज़ारों के सवाब (पुन्य) की आशा से ऐसी महान चीज़ों का अनुभव होता है जिसकी अच्छाईयां और बरकतें इन प्रसन्नताओं से बढ़कर होती हैं जो कि उसका प्रतिफल है।

तथा घृणित (ना पसन्दीदा), अप्रिय और हानिकारक चीज़ों तथा शोक और चिन्ता का सामना उनका प्रतिरोध करके करते हैं, जिनका प्रतिरोध करना उनके लिये सम्भव होता है, और जिनको वह हलका कर सकते हैं उनका सामना उसे हलका करके करते हैं, और जिस पर उनका बस नहीं चलता है उस पर सदृढ़ रूप से धैर्य करते हैं। जिसके फलस्वरूप उन्हें घृणित (अप्रिय) चीज़ों के प्रभावों से लाभदायक प्रतिरोध, अनुभव, शक्ति, धैर्य और पुण्य (अज्र व सवाब) की इच्छा से ऐसी महान चीज़ें प्राप्त होती हैं जिसके साथ समस्त घृणित और अप्रिय चीज़ें समाप्त हो जाती हैं और उसके स्थान पर प्रसन्नताऐं, शुभ कामनाऐं (आशाऐं) तथा अल्लाह की अनुकम्पा और उसके अज्र व सवाब की आशा स्थान-गृहण कर लेती हैं। जैसा कि नबी ﷺ ने सहीह हदीस में इसका विवरण करते हुये फरमाया:

((عَجَباً لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْراً لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْراً لَهُ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلاَّ لِلْمُؤْمِنِ))

[رواه مسلم].

मोमिन (अल्लाह तआला पर विश्वास रखने वाले) का मामला बड़ा अनोखा है कि उसके प्रत्येक मामले में भलाई है, यदि उसे प्रसन्नता प्राप्त होती है और वह उस पर शुक्र (कृतज्ञा प्रकट) करता है तो यह उसके लिये भला होता है, और यदि उसे कोई शोक (कष्ट) पहुंचता है जिस पर वह धैर्य से काम लेता है तो यह उसके लिये भला होता है, और यह विशेषता केवल मोमिन ही को प्राप्त है। (मुस्लिम)

इस हदीस में आप ﷺ ने इस बात की सूचना दी है कि मोमिन का उपहार, उसकी भलाई और उसके कर्मों का प्रतिफल उस पर घटने वाली समस्त प्रकार की प्रसन्नताओं और अप्रसन्नताओं में कई गुना बढ़ जाता है।

इसी लिए आप दो व्यक्तियों को पायेंगे कि उनके साथ कोई शुभ अथवा अशुभ घटना घटती है तो उसका स्वागत (सामना) करने में उनके मध्य व्यापक अन्तर पाया जाता है, और यह अन्तर उन दोनों के ईमान और सत्कर्म (अमल सालेह) में अन्तर के अनुसार होता है।

इन दोनों विशेषताओं (ईमान और अमल सालेह) से सुसज्जित व्यक्ति भलाई और बुराई का सामना

पूर्व वर्णित कृतज्ञता (शुक्रगुज़ारी) और धैर्य तथा उनसे संबंधित चीज़ों के साथ करता है, जिस से उसके अन्दर हर्ष और आनन्द उत्पन्न होता है, और उसका शोक, चिन्ता, दुख, व्याकुलता, सीने की तंगी और जीवन की दुर्भाग्यता समाप्त हो जाती है, और उसे इस संसार में सम्पूर्ण शुभ जीवन प्राप्त होती है।

दूसरा व्यक्ति हर्ष और उल्लास की चीज़ों का स्वागत घमण्ड, गर्व और अहंकार के साथ करता है, जिसक` कारण वह दुश्चरित्र हो जाता है और चौपायों के समान उसे लालसा और घबराहट के साथ प्राप्त करता है, इसके उपरान्त उसका हृदय सुखमय नहीं रहता है, बल्कि अनेक पहलुओं से वह परेशान और टूटा हुआ होता है, अपनी प्रिय वस्तुओं के नष्ट हो जाने के भय के पहलु से, बहुल अवरोधकों (प्रतिरोधों) के कारण जो अधिकतर उसी से जन्म लेते हैं, और इस दृष्टि से भी कि हृदय किसी एक सीमा पर नहीं ठहरते हैं, बल्कि नित्य अन्य चीज़ों के लिये प्रलोभित और अभिलाषी रहते हैं, जो कभी प्राप्त हो ज़ाते हैं और कभी प्राप्त होने से रह जाते हैं, और यदि मान लिया जाये कि प्राप्त

भी हो जायें, तब भी वह उपरोक्त वर्णित पहलुओं से व्याकुल रहता है।

तथा अप्रिय और अप्रसन्न चीज़ों का सामना व्याकुलता, भय, तंगदिली और बेचैनी के साथ करता है, इसके फलस्वरूप वह जीवन की जिस दुर्भाग्यता और मानसिक तथा आसाबी बीमारियों से ग्रस्त होता है उसके विषय में मत पूछिये, और वह ऐसी भय से पीड़ित होता है जो उसे अत्यन्त बुरी दशा तक पहुंचा देती है और उसके लिये गम्भीर रूप से कष्टदायक बन जाती है ; क्योंकि वह प्रतिफल (बदले) की आशा नहीं रखता और न ही उसके पास धैर्य होता है जो उसका ढारस बंधा सके और उसके शोक को कम कर सके।

अनुभव इन सारी चीज़ों का साक्षी (शाहिद) है, और इस प्रकार के किसी एक उदाहरण पर यदि आप चिन्तन करें और उसे लोगों की दशाओं पर फिट करें, तो आप उस मोमिन के मध्य जो अपने ईमान के तक़ाज़े के अनुसार कार्य करने वाला है तथा उस व्यक्ति के मध्य जो ऐसा नहीं है, व्यापक अन्तर पायेंगे। और वह इस प्रकार कि अल्लाह की प्रदान की हुई जीविका (रोज़ी) और उसकी ओर से बन्दों (लोगों) को प्राप्त होने वाली कृपा और भिन्न

प्रकार की अनुकम्पा पर संतुष्टि करने पर धर्म अत्यन्त बल देता है।

अतः जब मोमिन किसी बीमारी या दरिद्रता, अथवा इसी प्रकार की अन्य चीज़ों से जिसका प्रत्येक व्यक्ति निशाना बन सकता है, ग्रस्त होता है तो आप उसे उसके ईमान (विश्वास) और अल्लाह की ओर से आबंटित भाग्य (तक़्दीर) पर उसकी रिज़ामन्दी और सन्तुष्टि (क़नाअत) के कारण उसकी आँख को ठण्ढी पायेंगे, वह अपने हृदय से ऐसी चीज़ की याचना नहीं करता है जो उसके भाग्य में नहीं है, वह अपने से निम्न वर्ग को देखता है, अपने से उच्च वर्ग को नहीं देखता है, और कभी कभार उसका हर्ष व उल्लास और सुख चैन उस व्यक्ति से भी अधिक बढ़ जाता है जो समस्त सांसारिक साधनों से लाभान्वित हो, किन्तु उसके पास सन्तुष्टि (क़नाअत) न हो।

इसी प्रकार वह व्यक्ति जो ईमान के अनुकूल कार्य नहीं करता है, जब थोड़ी सी निर्धनता (गरीबी) से पीड़ित होता है, या कुछ सांसारिक आकांक्षायें उसे प्राप्त होने से रह जाती हैं, तो आप उसे अत्यन्त शोक और दुर्भाग्यता में ग्रस्त पायेंगे।

एक दूसरा उदाहरण: जब भय के कारण उत्पन्न होते हैं और मनुष्य पर कष्टदायक और चिन्ताजनक चीज़ों का आक्रमण होता है तो आप शुद्ध ईमान वाले व्यक्ति को इस अवस्था में पायेंगे कि उसका हृदय स्थिर आरै आश्वस्त है, वह इस पेश आने वाली विपत्ति का उपाय करने और उसे चलता करने पर अपने विचार, वचन और कर्म के द्वारा सामर्थी है, उसने अपने आप को इस आक्रामक कष्टदायक चीज़ के अनुकूल बना लिया है। यह ऐसी अवस्थाएं हैं जो मनुष्य को सुख और चैन प्रदान करती हैं और उसके हृदय को स्थिर और सदृढ़ कर देती हैं।

दूसरी ओर ईमान रहित (बे–ईमान) व्यक्ति को इसके बिल्कुल विपरीत पायेंगे, जब भयानक चीज़ें उत्पन्न होती हैं तो उनसे उसका दिल काँप उठता है (उसकी ज़मीर (आत्मा) बेचैन हो जाती है), वह आसाबी तनाव (नर्वस) का शिकार हो जाता है, उसके विचार परागंदा हो जाते हैं, उसके भीतर भय और खौफ़ समा जाता है, और उस पर बाहरी भय और आंतरिक व्याकुलता एकत्र हो जाती है जिसकी हक़ीक़त को बयान करना असम्भव है।

इस प्रकार के लोगों को यदि कुछ प्राकृतिक कारण प्राप्त न हो जायें जिसके लिये अधिक अभ्यास की आवश्यक्ता होती है, तो उनकी शक्तियां नष्ट होजायें और वह नर्वस हो जायें, और यह इस लिए कि उनके पास वह ईमान (विश्वास) नहीं होता है जो उन्हें धैर्य (सहनशीलता) पर उभारे, विशेषकर कठिन अवसरों पर तथा शोकजनक और कष्टदायक हालतों में।

इस प्रकार सदाचारी और दुराचारी, मोमिन (आस्तिक) और काफ़िर (नास्तिक) उपार्जित (कस्बी) वीरता की प्राप्ति और उस स्वभाव (प्रकृति) में दोनों साझीदार होते हैं जो शंकाओं, भय और डर को कम और तुच्छ कर देती है।

किन्तु मोमिन को अपने ईमान की शक्ति, अपने धैर्य और अल्लाह पर भरोसा व तवक्कुल, और उसके पुण्य और प्रतिफल की इच्छा और अभिलाषा के कारण इतनी श्रेष्ठता प्राप्त होती है कि जिसके फलस्वरूप उसकी वीरता बढ़ जाती है, उसके भय की तीव्रता को कम कर देती है और उसकी कठिनाईयों को सरल बना देती है। जैसा कि अल्लाह तआला का फ़रमान है:

﴿إِنْ تَكُونُوا تَأْلَمُونَ فَإِنَّهُمْ يَأْلَمُونَ كَمَا تَأْلَمُونَ وَتَرْجُونَ مِنَ اللَّهِ مَا لَا يَرْجُونَ﴾ [النساء:١٠٤].

यदि तुम्हें कष्ट पहुँचता है, तो उन्हें भी कष्ट पहुँचता है, और तुम अल्लाह से वह आशाएं रखते हो जो आशाएं वह नहीं रखते। (सूरतनु–निसा:104)

और उन्हें अल्लाह तआला की सहायता, उसकी विशेष मदद तथा उसके सहयोग से वह चीज़ें प्राप्त होती हैं जो भय और शंकाओं को नष्ट कर देती हैं। अल्लाह तआला का फ़रमान है:

﴿وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ [الأنفال:٤٦].

तथा धैर्य से काम लो, निःसन्देह अल्लाह तआला धैर्य करने वालों के साथ है।

(सूरतुल–अन्फाल: 46)

②– उन्हीं कारणों में से जो शोक, दुख और व्याकुलता का निवारण करते हैं: मनुष्य के साथ **कथन, कर्म और अनेक प्रकार की भलाईयों के द्वारा उपकार करना है।** यह सारी चीज़ें भलाई और उपकार हैं, इसी के द्वारा अल्लाह तआला सदाचारियों तथा दुराचारियों से शोक और दुख को उनके उपकार के अनुसार दूर करता है, किन्तु

मोमिन को इसका सम्पूर्ण भाग प्राप्त होता है। और उसे अन्य लोगों पर यह विशेषता प्राप्त होती है कि उसका उपकार इख़्लास (निःस्वार्थता) और उसके अज्र व सवाब की आशा के साथ जारी होता है, फलतः अल्लाह तआला उसके लिए भलाई का कार्य करना सरल बना देता है क्योंकि उसे भलाई की आशा होती है, तथा उसके इख़्लास (निःस्वार्थता) और पुण्य की इच्छा के कारण उससे अप्रिय और नापसन्द चीज़ों को टाल देता है। अल्लाह तआला का फ़रमान है:

﴿لاَ خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلاَّ مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْراً عَظِيماً﴾ [النساء:١١٤]

उनकी अधिकांश कानाफूंसी में कोई भलाई नहीं, परन्तु जो दान–पुण्य अथवा भलाई का अथवा लोगों के बीच सुधार कराने का आदेश दे, तथा जो व्यक्ति यह कार्य केवल अल्लाह तआला की प्रसन्नता प्राप्त करने के लिए करे, हम उसे अवश्य बहुत बड़ा प्रतिफल (बदला) देंगे।

(सूरतुन–निसाः114)

उपरोक्त आयत में अल्लाह तआला ने यह सूचना दी है कि यह सारी चीज़ें जिस से भी जारी हुई हैं वह ख़ैर और भलाई हैं, और भलाई, भलाई को जन्म देती है, और बुराई को टालती है, तथा पुण्य की इच्छा और आशा के साथ कार्य करने वाले मोमिन को अल्लाह तआला बहुत बड़ा प्रतिफल देगा, और महान प्रतिफल में से दुख, शोक, चिन्ता और खेद इत्यादि का निवारण और समाप्ति भी है।

अध्याय

③– मांसपेशियों (आसाब) के तनाव और दिल के कुछ कष्टदायक और दुखदायी चीज़ों में लीन होने के कारण उत्पन्न होने वाली व्याकुलता और बेचैनी को टालने के कारणों में से : किसी काम या किसी लाभदायक ज्ञान में व्यस्त होना है; क्योंकि ऐसा करने से उसका हृदय उस चीज़ में व्यस्त होने से निश्चेत होजाता है जो उसकी व्याकुलता का कारण बनी है, और सम्भवतः वह उसके कारण उन कारणों को भूल जाता है जो उसके लिए शोक और खेद का कारण बनी है, तथा उसका हृदय हर्षित होजाता है, उसकी स्फूर्ति बढ़ जाती है, और यह कारण भी मोमिन और ग़ैर–मोमिन सब को सम्मिलित है, किन्तु मोमिन को अपने विश्वास (ईमान) और इख़्लास तथा जिस ज्ञान को सीखने या सिखाने में वह व्यस्त है उस में अल्लाह तआला के पास अज्र व सवाब की आशा के कारण, उसे विशेषता प्राप्त होती है। और उसे जिस भलाई का ज्ञान होता है उसे करता है, यदि वह उपासना (इबादत) है तो उसकी गणना उपासना में है, और

यदि वह कोई सांसारिक काम अथवा सांसारिक आदत (अभ्यास) है तो उस में शुद्ध नियत को सम्मिलित कर लेता है, तथा उसके द्वारा अल्लाह तआला की इताअत (आज्ञापालन) पर सहायता की इच्छा रखता है।

चुनांचे शोक, चिन्ता, खेद और दुख दर्द के निवारण में इसका तीव्र प्रभाव पड़ता है, कितने ही ऐसे लोग हैं जो व्याकुलता, शोक और नित्य मलिनता और उदासीनता से पीड़ित हुये, तो उन पर विभिन्न प्रकार की बीमारियों का पहाड़ टूट पड़ा, ऐसी स्थिति में उसकी सफल दवा यह सिद्ध हुई कि: उन्हों ने उस कारण को भुला दिया जो उनके शोक, चिन्ता और उदासीतना का कारण बना था, और किसी महत्वपूर्ण कार्य में व्यस्त होगये।

और उचित यह है कि वह ऐसे काम में व्यस्त हो जिस से दिल को लगाव हो और वह उसका इच्छुक (अभिलाषी) हो , क्योंकि यह इस लाभदायक उद्देश्य की प्राप्ति के लिये अधिक सम्भावित (योग्य) है, और अल्लाह तआला अधिक ज्ञान रखने वाला है।

④– शोक चिन्ता और व्याकुलता को दूर करने का एक उपाय यह भी है कि : समस्त सोच और विचार को केवल वर्तमान दिन के काम पर एकत्र कर दिया जाये, और अपने विचार को भविष्य काल के विषय में चिन्ता करने और भूत काल पर खेद प्रकट करने से क़ाट दिया जाये। इसी कारण नबी ﷺ शोक, चिन्ता और खेद से अल्लाह तआला से शरण (पनाह) मांगा करते थे (जैसा कि उस हदीस में है जिसे बुख़ारी व मुस्लिम ने रिवायत किया है), "हुज़्न" अर्थात शोक और दुख़ बीती हुई चीज़ों पर होता है जिनका लौटाना और छतिपूर्ति करना असम्भव होता है। और "हम्म" अर्थात चिन्ता और रंज व ग़म भविष्य में किसी चीज़ से भय के कारण उत्पन्न होता है। अतः मनुष्य को चाहिये कि वह वर्तमानवादी बना रहे (भविष्य की चिन्ता न करे), अपना सम्पूर्ण प्रयास और संघर्ष अपने वर्तमान समय और दिन को सुधारने में करे ; क्योंकि उस पर दिल को जमाना कार्यों की पूर्ति का कारण है, और उसके द्वारा मनुष्य शोक और चिन्ता से तसल्ली (सांत्वना, ढारस) प्राप्त करता है।

नबी ﷺ जब कोई दुआ (प्रार्थना) करते या अपनी उम्मत को किसी दुआ का निर्देश देते तो

आप ﷺ – अल्लाह तआला से सहायता मांगने और उसकी अनुकम्पा की आशा रखने के साथ– जिस चीज़ की प्राप्ति के लिये वह दुआ करता था उसकी प्राप्ति को निशचित बनाने, तथा जिस चीज़ को टालने के लिए दुआ करता था उसे छोड़ देने में प्रयास, संघर्ष और अज़्म (संकल्प) करने पर उभारते और बल देते थे ; क्योंकि प्रार्थना, कार्य के साथ होती है (होनी चाहिये), अतः बन्दे को चाहिए कि उन चीजो के लिए प्रयास करता रहे जो उस के लिए लोक और प्रलोक में लाभकारक हो, और अपने पालनहार से अपने उद्देश्य की सफलता के लिये दुआ करे, और उस पर अल्लाह तआला से सहायता मांगे। जैसा कि आप ﷺ का फरमान है:

((اِحْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللهِ وَلاَ تَعْجَزْ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلاَ تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا، كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ)) [رواه مسلم].

अपनी लाभ की चीज़ों के इच्छुक बनो, अल्लाह तआला से सहायता मांगो और विवश्ता प्रकट न करो (बेबस होकर न बैठो)। यदि आप को कोई

विपत्ति पहुंचे तो यह न कहो किः यदि मैं ऐसा किया होता तो ऐसा और ऐसा होता। बल्कि यह कहो किः(قَدَّرَ اللهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ) अल्लाह तआला ने ऐसा ही भाग्य में लिख रखा था और वह जो चाहे करे ; क्योंकि 'यदि' (अगर) शैतान के कार्य का द्वार खोलता है। (मुस्लिम)

उपरोक्त हदीस में आप ﷺ ने दो चीज़ों को एकत्र कर दिया है : प्रत्येक अवस्था में लाभदायक चीज़ों का इच्छुक और लालसी होना, अल्लाह तआला से सहायता मांगना और विवशता का शिकार न होना जो कि हानिकारक आलस्य है। तथा बीती हुई घटित चीज़ों के सामने आत्मसमर्पण करना और अल्लाह तआला की आज्ञां और भाग्य का मुशाहिदा करना।

और समस्त चीज़ों का दो भाग किया है : एक भाग वह है जिसका प्राप्त करना अथवा उस में से सम्भावित चीज़ का प्राप्त करना, या उसको टालना अथवा उसको कम (न्यून) करना मनुष्य के लिए सम्भव है, ऐसी चीज़ों में व्यक्ति अपना प्रयास और संघर्ष जारी रखेगा और अपने माबूद (पूज्य) से सहायता मांगेगा। और दूसरा भाग वह है जिस में यह सब सम्भव नहीं है, ऐसी चीज़ों के प्रति आदमी

सन्तुष्टि, प्रसन्नता तथा स्वीकृति व्यक्त करेगा। और इस में कोई सन्देह नहीं कि इस नियम का विचार (रिआयत) करना आनन्द की प्राप्ति, तथा शोक और खेद की समाप्ति का कारण है।

अध्याय

⑤– प्रफुल्लता और संतोष के महान कारणों में से: ''अधिक से अधिक अल्लाह तआला का ज़िक्र (स्मरण) करना'' भी है ; क्योंकि प्रफुल्लता और संतोष, तथा शोक और चिन्ता के निवारण में इसका अनोखा (अनूठा) प्रभाव पड़ता है। अल्लाह तआला का फरमान है:

﴿ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ [الرعد: ٢٨].

याद रखो कि अल्लाह के स्मरण (ज़िक्र) से ही दिलों को संतुष्टि (इत्मिनान) प्राप्त होती है।

(सूरतुर–रअद : 28)

अल्लाह के ज़िक्र का इस उद्देश्य की प्राप्ति में व्यापक प्रभाव है ; उसके ज़िक्र की विशेषता के कारण और इस कारण भी कि बन्दे को उस के पुण्य और बदले की आशा होती है।

⑥– इसी प्रकार अल्लाह तआला की ज़ाहिरी (प्रत्यक्ष) और बातिनी (प्रोक्ष) नेमतों (उपहारों और अनुकम्पाओं) का वर्णन और चर्चा करना भी है। क्योंकि उसकी नेमतों को जानने व पहचानने और

उनका वर्णन और चर्चा करने से अल्लाह तआला शोक और खेद को टाल देता है, और यह बन्दे को शुक्रगुज़ारी (कृतज्ञता) पर उभारती और प्रेरित करती है जो कि सब से ऊंचा और सर्वश्रेष्ठ पद है, यहाँ तक कि यदि बन्दा निर्धनता या बीमारी की दशा या इनके अतिरिक्त भिन्न प्रकार की विपत्तियों (मुसीबतों) में ग्रस्त ही क्यों न हो। क्योंकि जब वह अल्लाह तआला की अन्‌गिन्त और असंख्य नेमतों और उपकारों के बीच, तथा उसको जो आपत्ति पहुंची है उसके बीच तुलना करता है तो नेमतों की अपेक्षा आपत्ति का कोई अनुपात नहीं होता।

बल्कि अल्लाह अताला जब बन्दे का अप्रिय और नापसन्दीदा चीज़ों तथा विपत्तियों (मुसीबतों) के द्वारा परीक्षा करता है, और वह (बन्दा) उस में धैर्य, प्रसन्नता और स्वीकृति का कर्तव्य पूरा करता है, तो उसका बल (तीव्रता) कम हो जाता है, उसका भार (बोझ) हल्का होजाता है, और आदमी का उसके पुण्य और प्रतिफल का विचार करना और धैर्य तथा प्रसन्नता के कर्तव्य को पूरा करते हुये अल्लाह तआला की इबादत (उपासना) करना, कटु और कड़वी (अप्रिय) चीज़ों को मधुर बना देता

है, और उसके प्रतिफल की मधुरता उसके धैर्य की कटुता और कड़वाहट को मिटा देती है।

⑦– इस स्थान पर सबसे अधिक लाभदायक चीज़ों में से: उस निर्देश का पालन है जिसको नबी ﷺ ने सहीह हदीस के अन्दर बतलाया है, आप ﷺ ने फरमाया:

((اُنْظُرُوْا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلُ مِنْكُمْ وَلاَ تَنْظُرُوْا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ؛ فَإِنَّهُ أَجْدَرُ أَنْ لاَ تَزْدَرُوْا نِعْمَةَ اللهِ عَلَيْكُمْ))

[رواه البخاري ومسلم].

जो व्यक्ति तुम से नीचे (कमतर) हो उस को देखो, उस व्यक्ति को न देखो जो तुम से ऊंचा (उत्तम और श्रेष्ठ) हो, क्योंकि ऐसा करना इस बात के अधिक योग्य है कि तुम अपने ऊपर अल्लाह तआला की नेमतों और उपकारों का अपमान न करो (कमतर और हक़ीर न समझो)।

(बुख़ारी और मुस्लिम)

क्योंकि जब मनुष्य इस महान दृष्य को अपनी आँखों के सामने रखेगा, तो वह स्वयं को शान्ति और उस से संबंधित चीज़ों में, तथा जीविका (रोज़ी) और उस से संलगित चीज़ों में बहुत लोगों से उत्तम और श्रेष्ठ पायेगा, चाहे उसकी दुर्दशा

कैसी भी हो, इस प्रकार उसकी व्याकुलता, शोक और खेद समाप्त हो जाता है, और अल्लाह तआला की उन नेमतों पर उसकी प्रसन्नता तथा हर्ष और उल्लास बढ़ जाता है जिस में उसे अपने अतिरिक्त दूसरे उन लोगों पर विशेषता और श्रेष्ठता प्राप्त है जो उसमें उस से कमतर हैं।

तथा जितना ही अधिक मनुष्य अल्लाह तआला की ज़ाहिरी (प्रत्यक्ष) और बातिनी (प्रोक्ष), दुन्यावी और धार्मिक नेमतों और अनुकम्पाओं में चिंतन और विचार करेगा, वह देखे गा कि उसके रब ने उसे बहुत अधिक भलाई और कल्याण प्रदान किया है और उस से अनेक बुराईयों (दुष्टियों) को दूर कर दिया है। और निःसन्देह यह शोक और खेद को समाप्त कर देता है और प्रसन्नता और आनन्द का कारण बनता है।

अध्याय

⑧– आनन्द प्रदान करने वाले तथा शोक और खेद को समाप्त करने वाले कारणों में से : शोक और दुख को उत्पन्न करने वाले कारणों के निवारण तथा आनन्द उत्पन्न करने वाले कारणों की प्राप्ति के लिये संघर्ष और प्रयास करना भी है, और वह इस प्रकार कि आदमी अपने ऊपर बीती हुई उन अप्रिय और नापसन्द चीज़ों को भुलादे जिनका लौटाना सम्भव नहीं है, और इस बात से अवगत हो जाए कि ऐसी चीज़ों के विषय में चिंता करना बेकार और असम्भव है, और ऐसा करना मूर्खता और पागलपन है। अतः ऐसी चीज़ों में चिंतन करने से अपने हृदय से संघर्ष करे, तथा भविष्य जीवन में जिस निर्धनता या भय या इनके अतिरिक्त अन्य अप्रिय चीज़ों के घटने की वह कल्पना कर रहा है उसके विषय में व्याकुल और चिंतित होने से अपने हृदय से संघर्ष करे। और वह इस बात को जान ले कि भविष्य में घटने वाली भलाईयां और बुराईयां, आशायें और वेदनायें (तकलीफें) अज्ञात (ना मालूम) हैं, और यह समस्त चीज़ें सर्वशक्तिवान और विज्ञाता (हिक्मत वाले)

अल्लाह के हाथ में हैं, मनुष्य के हाथ में उन में से कोई भी चीज़ नहीं है सिवाय इस बात के कि वह उसकी भलाईयों को प्राप्त करने और उसकी हानियों का निवारण करने का प्रयास करे। और बन्दे को यह बात जान लेना चाहिये कि यदि वह अपने भविष्य के विषय में व्याकुल होने से अपनी चिन्ता त्याग कर दे, और उसको सुधारने में अपने प्रभु (अल्लाह) पर भरोसा रखे और उस पर सन्तुष्ट होजाये, अगर वह ऐसा कर लेगा तो उसका हृदय सन्तुष्ट हो जायेगा, उसकी स्थिति सुधर जायेगी और उसकी परेशानी और शोक, चिन्ता दूर हो जाये गी।

⑨– भविष्य की बातों को ध्यान में रखने में सर्वाधिक लाभकारक चीज़ों में से इस दुआ का प्रयोग है जिसके द्वारा नबी ﷺ प्रार्थना किया करते थे:

((اَللّهُمَّ أَصْلِحْ لِيْ دِيْنِي الَّذِيْ هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِيْ، وَأَصْلِحْ لِيْ دُنْيَايَ الَّتِيْ فِيْهَا مَعَاشِيْ ، وَأَصْلِحْ لِيْ آخِرَتِي الَّتِيْ إِلَيْهَا مَعَادِي ، وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِيْ فِي كُلِّ خَيْرٍ ، وَالْمَوْتَ رَاحَةً لِيْ مِنْ كُلِّ شَرٍّ)) [رواه مسلم].

ऐ अल्लाह! मेरे लिए मेरे धर्म को सुधार दे जो कि मेरे सारे मामले के बचाव और सुरक्षा का सबब है, और मेरे लिए मेरे संसार को सुधार दे जिसके अन्दर मेरी जीविका (रहन–सहन) है, और मेरे लिए मेरी आख़िरत (प्रलोक) को सुधार दे जिसकी ओर मुझे लौटना है, और मेरे लिए जीवन को प्रत्येक भलाई में वृद्धि का कारण बना दे, तथा मृत्यु को मेरे लिए प्रत्येक बुराई से मुक्ति का कारण बना दे। (मुस्लिम)

इसी प्रकार आप ﷺ की यह दुआ भी है:

((اَللّٰهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُوْ فَلاَ تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ ، وَأَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ))

[رواه أبو داود بإسناد صحيح].

ऐ अल्लाह ! मैं तेरी ही रह्मत (कृपा) की आशा रखता हूँ, अतः तू मुझे एक पलक झपकने के बराबर भी मेरे नफ्स (आत्मा) के हवाले न कर, और मेरे लिए मेरे सारे कार्य सुधार दे, तेरे अतिरिक्त कोई (वास्तविक) उपास्य नहीं। (इस हदीस को अबु दाऊद ने सहीह सनद के साथ रिवायत किया है)

जब बन्दा उपस्थित हृदय और सच्ची नियत के साथ यह दुआा करेगा जिसके अन्दर उसके धार्मिक

और सांसारिक भविष्य की भलाई (सुधार और कल्याण) है, साथ ही साथ उसको साकार करने वाली चीज़ में संघर्ष करेगा, तो अल्लाह तआला उसके लिये उस चीज़ को साकार और सम्पन्न कर देगा जिसके लिये उसने दुआ की है, जिस की आशा की है और जिसके लिये कार्य किया है, तथा उसकी शोक और चिन्ता, आनन्द और प्रसन्नता में परिवर्तित हो जायेगी।

अध्याय

⑩– जब व्यक्ति विपत्ति ग्रस्त हो तो व्याकुलता, शोक और चिन्ता के निवारण के सब से अधिक लाभदायक कारणों में से यह है कि उसको हल्का (निम्न) करने का प्रयास करे, और वह इस प्रकार कि मामले का अन्त जिन सम्भावनाओं पर होता है उन में से सब से दुष्ट सम्भावना का अनुमान लगाये, और उस पर अपने हृदय को तत्पर (तैयार) कर ले। यह करने के पश्चात उसे चाहिये कि जहाँ तक होसके उस चीज़ को हल्का करने का प्रयास करे जिसका हल्का करना सम्भव हो। इस प्रकार इस तत्परता (जमाव) और इस लाभदायक प्रयास के द्वारा उसका शोक, चिन्ता और खेद समाप्त हो जायेगा, और उसका स्थान, लाभ प्राप्त करने तथा उन हानियों को दूर करने का प्रयास और संघर्ष ग्रहण कर लेगा जो मनुष्य के लिये उपलब्ध (या उसके बस में) है।

जब आदमी भय के कारणों, बीमारियों के कारणों और निर्धनता तथा अनेक प्रकार की प्रिय वस्तुओं की हीनता के कारणों से पीड़ित हो, तो

उसे उन चीज़ों का सामना संतोष और उस पर, बल्कि उस से भी अधिक सख्त सम्भावित चीज़ पर अपने हृदय को तैयार करके करना चाहिए ; क्योंकि अप्रिय चीज़ों की सम्भावना पर हृदय को तैयार करना उसको न्यून और कम करदेता है और उसकी तीव्रता को समाप्त कर देता है, विशेषकर जब वह यथाशक्ति अपने आप को उसके प्रतिरोध में व्यस्त कर दे, इस प्रकार उस के लिए लाभकारक प्रयास के साथ हृदय की तत्परता एकत्र हो जाती है जो उसके ध्यान को विपत्तियों के विषय में चिन्ता करने से हटा देती है, और वह अप्रिय चीज़ों का प्रतिरोध करने वाली अपनी शक्ति का नवीनीकरण करने पर अपने नफ्स से संघर्ष करता है, साथ ही साथ वह इन चीज़ों में अल्लाह तआला पर भरोसा और सुविश्वास रखता है।

इस में कोई सन्देह नहीं कि इन बातों का खुशी व उल्लास और प्रफुल्लता की प्राप्ति में महान लाभ है, साथ ही आदमी सांसारिक और प्रालोकिक पुण्य और प्रतिफल की आशा रखता है, यह चीज़ मुशाहिदा और अनुभव से सिद्ध है, और इसकी घटनायें, इसका अनुभव करने वालों के विषय में बहुत अधिक हैं।

अध्याय

⑪ – नाड़ी–सम्बन्धी हार्दिक बीमारियों, बल्कि शारीरिक बीमारियों का सबसे महान उपचार : हृदय की शक्ति और उन भ्रमों और कल्पनाओं से व्याकुल और प्रभावित न होना है जिसे दुष्ट चिन्ताएं जन्म देती हैं। क्योंकि मानव जब भ्रमों के सामने आत्मसमर्पण कर देता है और उसका हृदय प्रभावशाली चीज़ों जैसे कि बीमारियों इत्यादि के भय से, तथा कष्टदायक कारणों से घबराहट और क्रोध से, और अप्रिय चीज़ों के घटने तथा प्रिय चीज़ों के विनाश की सम्भावना से संकुचित हो जाता है, तो यह उसे शोक, चिन्ता, खेद, हार्दिक तथा शारीरिक बीमारियों और नाड़ियों की दुर्बलता (शक्तिहीनता) से पीड़ित कर देता है, जिसके अनेक दुष्ट प्रभाव सामने आते हैं जिसके बहुल्य हानियों का लोगों ने मुशाहिदा किया है।

⑫ –और जब भी दिल अल्लाह तआला पर भरोसा करता है, और उस पर आश्रय लगाता है, और भ्रमों के सामने आत्मसमर्णपण नहीं करता है और न ही ग़लत विचारों का उस पर अधिकार होता है, और

अल्लाह पर सुविश्वास रखता है और उसकी अनुकम्पा की आशा रखता है, तो इसके कारण उसकी शोक और चिन्ताऐं समाप्त हो जाती हैं, और उसकी बहुत सी हार्दिक और शारीरिक बीमारियां दूर हो जाती हैं, और उसके हृदय को वह शक्ति, खुशी और आनन्द प्राप्त होता है जिसका वर्णन करना असम्भव है। कितने ही हस्पताल भ्रमों (अवहाम) और दुष्ट विचारों के बीमारों से भरे हुये हैं, कमज़ोरों की बात तो दूर, अधिकांश शक्तिशाली लोगों के दिलों पर भी इन बातों ने बहुत प्रभाव डाला है, और कितना ही मूर्खता और पागलपन का कारण बना है! और कुशल तथा स्वस्थ व्यक्ति वही है जिसे अल्लाह तआला शान्ति और कुशलता प्रदान करे और उसे अपनी आत्मा से संघर्ष करने की सामर्थ्य दे ताकि वह हृदय को शक्ति प्रदान करने वाले तथा व्याकुलता का निवारण करने वाले लाभदायक कारणों को प्राप्त कर सके। अल्लाह तआला का फ़रमान है:

﴿وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللّٰهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ [الطلاق:٣].

और जो व्यक्ति अल्लाह पर भरोसा करेगा तो अल्लाह तआला उसके लिये काफी है।

(सूरतुत्–तलाक़:3)

अर्थातः उसके लिये उसके धार्मिक और सांसारिक समस्त मामलों के लिए काफी है।

अल्लाह तआला पर भरोसा रखने वाले का हृदय शक्तिशाली होता है, उस पर भ्रमों का कोई प्रभाव नहीं पड़ता, और न ही घटनाएं उसे व्याकुल करती हैं ; क्योंकि उसे पता होता है कि ऐसा आत्मनिर्बलता, कायरता और उस भय के कारण है जिसकी कोई हक़ीक़त नहीं है, इसके साथ ही साथ उसे यह भी पता हाता है कि अल्लाह तआला ने उस पर भरोसा रखने वाले के लिये सम्पूर्ण पर्याप्ति (किफ़ायत) की ज़मानत ली है, अतः वह अल्लाह पर भरोसा रखता है और उसके वायदे पर विश्वस्त होता है, सो उसका शोक और व्याकुलता समाप्त होजाती है, और उसकी कठिनाई सरलता में, उसका शोक और खेद प्रसन्नता में और उसका भय शान्ति में परिवर्तित हो जाता है। अतः हम अल्लाह तआला से कुशलता की फर्याद करते हैं, और उससे यह प्रार्थना करते हैं कि वह हमें अपनी कृपा से हृदय की शक्ति और सम्पूर्ण तवक्कुल के साथ स्थिरता प्रदान करे जिसके पात्रों के लिये अल्लाह तआला ने प्रत्येक भलाई की, तथा प्रत्येक बुराई और हानि को दूर करने की गारण्टी दी है।

अध्याय

⑬ —नबी ﷺ के फरमान :

((لاَ يَفْرِكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً ، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقاً رَضِيَ مِنْهَا خُلُقاً آخَرَ)) [رواه مسلم].

कोई मोमिन पुरूष किसी मोमिन स्त्री से कपट (द्वेष) न रखे, यदि उसकी कोई स्वभाव उसे अप्रिय हो, तो उसकी किसी दूसरी स्वभाव से वह प्रसन्न हो जायेगा। (मुस्लिम)

के दो महान फायदे हैं:

प्रथम लाभ: इस बात की ओर मार्गदर्शन कि पत्नी, निकटवर्ती, साथी, सम व्यवहार, और प्रत्येक वह व्यक्ति जिसके और आपके मध्य कोई संबंध और नाता है, उसके साथ किस प्रकार का व्यवहार (मामला) किया जाये, और उचित है कि आप स्वयं को इस बात के अनुकूल कर लें कि उसके अन्दर दोष (अवगुण) अथवा अभाव या किसी ऐसी बात का पाया जाना आवश्यक है जो आप को ना पसन्द होगी, अतः जब आप कोई ऐसी चीज़ पायें तो इसके मध्य और आप पर जो घनिष्ठ संबंध बनाए

रखना तथा प्रेम को स्थिर रखना अनिवार्य या उचित है उसके मध्य, उसके अन्दर पाई जाने वाली सामान्य और प्रमुख विशेषताओं और उद्देशों को ध्यान में रखते हुये तुलना करें, इस प्रकार अवगुणों से उपेक्षा (नज़र अन्दाज़) करके और गुणों को सामने रख कर संगत और संबंध सदैव स्थिर रहेगा, और सम्पूर्ण प्रसन्नता और आनन्द प्राप्त होगा।

दूसरा लाभ: शोक, चिन्ता और व्याकुलता का विनाश, विमलता व सत्यता की स्थिरता, ऐच्छिक और अनिवार्य अधिकारों की निरंतर पूर्ति और दोनों पक्षों के मध्य आनन्द का अनुभव है। और जो व्यक्ति इससे मार्गदर्शन न प्राप्त करे जिसे नबी ﷺ ने वर्णन किया है, बल्कि मामले को उलट दे और अवगुणों पर ध्यान रखे और गुणों और विशेषताओं से उपेक्षा करे (आँखें चुराए), तो ऐसा व्यक्ति अवश्य व्याकुल और शोक ग्रस्त होगा, और उसके और उससे संबंध रखने वाले व्यक्ति के मध्य जो प्रेम है वह मलिन हो जायेगा, और अधिकतर हुकूक़ (अधिकार) जिनकी रक्षा करना (निभाना) उनमें से प्रत्येक पर अनिवार्य है, टुकड़े टुकड़े (नष्ट) हो जायेंगे।

बहुत से महान साहस वाले लोाग विपत्तियों, दुर्घटनाओं और कष्टदायक चीज़ों के घटने के समय अपने आपको धैर्य और सन्तुष्टि पर तैयार (एड्जस्ट) कर लेते हैं। किन्तु साधारण और तुच्छ चीज़ों पर व्याकुल और दुखी होजाते हैं, और विमलता मलिन होजाती है। इसका कारण यह है कि उन्हों ने बड़ी बड़ी चीज़ो के घटित होने पर अपने आपको तैयार (एड्जस्ट) कर लिया, और छोटी छोटी चीज़ों के समय उसे छोड़ दिया। जिसके कारण उन्हें उससे हानि पहुँचा और उनकी प्रसन्नता और आनन्द को प्रभावित किया। अतः बुद्धिमान व्यक्ति अपने आपको छोटी और बड़ी समस्त चीज़ों पर तैयार (एड्जस्ट) करता है, और अल्लाह तआला से उस पर सहायता मांगता है, और उससे यह याचना करता है कि उसे पलक झपकने के समान भी उसके नफ्स (आत्मा) के हवाले न करे। उस समय उसके लिए छोटी छोटी चीज़ें सरल हो जाती हैं, जिस प्रकार कि उसके लिये बड़ी बड़ी चीज़ें सरल हो गई हैं। और वह आत्मा की सन्तुष्टि और यक़ीन, कुशलता और आनन्द के साथ जीवन व्यतीत करता है।

अध्याय

(14) – बुद्धिमान यह जानता है कि उसका स्वस्थ जीवन, सौभाग्य और सन्तोष का जीवन है, और यह कि वह बहुत छोटी है। इसलिए उसे शोक और ग़म के हवाले करके और छोटी करना उचित नहीं है, क्योंकि यह स्वस्थ जीवन के विपरीत है। इसलिए वह अपने जीवन के साथ कृपणनता (कंजूसी) करता है कि कहीं उसका अधिकांश भाग शोक, चिंता और रंज व ग़म के भेंट न चढ़ जाए। इसमें सदाचारी और दुराचारी के बीच कोई अन्तर नहीं है, किन्तु एक मोमिन को इस गुण का अधिक प्र्याप्त भाग और लोक तथा प्रलोक में लाभदायक अंश प्राप्त होता है।

(15) – तथा उसके लिए यह भी उचित और श्रेष्ठ है कि जब वह किसी अप्रिय (ना पसन्दीदा) चीज़ से पीड़ित हो या उससे भयभीत हो, तो वह उसे जो अवशेष (बाक़ी) धार्मिक अथवा सांसारिक नेमतें प्राप्त हैं उस के बीच और उसे जो अप्रिय चीज़ पहुंची है उसके बीच तुलना करे। क्योंकि तुलना करते समय यह स्पष्ट हो जायेगा कि वह कितनी अधिक नेमतों

में है, और वह जिस ना पसन्दीदा और अप्रिय चीज से पीड़ित हुआ है वह कम और हीन है।

इसी प्रकार उसे चाहिए कि जिस हानि से पीड़ित होने का उसे भय है उसके बीच और उस (हानि) से सुरक्षित रहने की अधिक सम्भावनाओ (एहतमालात) के बीच तुलना करे, और अल्प (दुर्बल) सम्भावना (एहतमाल) को अधिक और शक्तिशाली सम्भावनाओं (एहतमालात) पर ग़ालिब न होने दे। ऐसा करने से उसका शोक, चिन्ता और भय समाप्त हो जायेगा। और सबसे बड़ी सम्भावना (एहतमाल) जिससे पीड़ित होने की उसे सम्भावना है उसका अनुमान लगाए, और यदि वह घटने वाली हो तो उसके घटने के लिए अपने आप को तैयार (एड्जस्ट) कर ले, और उस में से जो अभी तक घटी न हो उसको टालने का प्रयास करे, तथा जो घट चुकी हो उसको हटाने या उसको न्यून (कम) करने का प्रयत्न करे।

(16) – लाभदायक बातों में से यह भी है कि: आप यह जान लें कि लोगों का आप को कष्ट देना, और विशेषकर बुरी बातों (दुर्वचन तथा कटुभाषा) के द्वारा, आप के लिए हानिकारक नहीं है, बल्कि इस से उन्हीं को हानि पहुंचता है, किन्तु यदि आप ने

अपने आप को उसके विषय में चिन्ता करने में व्यस्त कर दिया, और उसे अपने जज़बात (मनोभाव) पर अधिकार जमाने की अनुमति दे दी, तो उस समय आपके लिए यह उसी प्रकार हानिकारक सिद्ध होगा जिस प्रकार उन्हें हानि पहुंचाया है, और यदि आप ने उस पर कोई ध्यान नहीं दिया तो आपको इस से कुछ भी हानि नहीं पहुंचेगी।

(17) – आप यह बात भी जान लें कि आप का जीवन आपके विचारों के अधीन है, यदि आपके विचार ऐसे हैं जिसका लाभ धर्म अथवा संसार में आप पर लौटता है तो आपका जीवन सौभाग्य और शुभ है, अन्यथा मामला इसके विपरीत है।

(18) – शोक और चिन्ता को दूर भगाने के लिए सर्वाधिक लाभदायक चीज़ों में से यह भी है कि आप स्वयं को इस बात पर तैयार (एड्जस्ट) करलें कि अल्लाह के अतिरिक्त किसी अन्य से शुक्रिया (कृतज्ञता) की याचना (मांग) न करें, जब आप किसी व्यक्ति पर उपकार करें जिसका आप पर कोई अधिकार है अथवा उसका कोई अधिकार नहीं है तो आप यह जान लें कि आपका यह मामला (व्यवहार) अल्लाह के साथ है, इसलिए उस व्यक्ति के शुक्रिया की चिन्ता न करें जिस पर आप ने

उपकार किया है , जैसाकि अल्लाह तआला ने अपने प्रमुख बन्दों के विषय में फरमाया है:

﴿إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلا شُكُورًا﴾ [الإنسان: ٩]

हम तो तुम्हें केवल अल्लाह की प्रसन्नता प्राप्त करने के लिए खिलाते हैं, न तुम से प्रतिफल चाहते हैं न कृतज्ञता (शुक्रिया)। (सूरतुल—इन्सान: 9)

यह चीज़ परिवार जन तथा संतान (बाल बच्चों) और उन लोगों के साथ व्यवहार करने में जिनसे आप का घनिष्ठ संबंध है, अधिक निशचित और अनिवार्य हो जाता है। अतः जब भी आप ने स्वयं को इन लोगों से दुष्ट और बुराई को दूर करने पर तैयार (एड्जस्ट) कर लिया तो आप ने स्वयं को विश्राम पहुंचाया और सुखमयी हो गए।

सुख और शान्ति के कारणों में से गुणों को चुन लेना (अथवा गुणों से सम्मानित होना) तथा हार्दिक प्रभुत्व (प्रेरक) के साथ उस पर कार्य करना, बिना आडम्बर के जो आप को व्याकुल कर दे और आप गुणों को प्राप्त किए बिना अपने डगर पर असफल होकर लौट आयें · क्योंकि आप टेढ़े मार्ग पर चले हैं। और यह बुद्धि और हिक्मत की बात है।

तथा आप अप्रिय और कष्टदायक चीज़ों में से स्वच्छ (प्रिय) और सुखमयी चीज़ों को चुन लें, इस प्रकार हर्ष और आनन्द में वृद्धि होगी, और अप्रसन्नतायें और उदासीनताएं समाप्त हो जायेंगी।

(19) – लाभकारक चीज़ों को अपना उद्देश्य बनायें और उनकी पूर्ति के लिए कार्य करें, और हानिकारक चीज़ो की ओर ध्यान आकर्षित न करें, ताकि आप शोक और खेद उत्पन्न करने वाले कारणों से निश्चेत रहें, और आप महत्वपूर्ण कार्यों पर सुख के द्वारा और हृदय को एकागर करके सहायता प्राप्त करें।

(20) – लाभदायक बातों में से : कार्यों को वर्तमान समय में निबटाना और भविष्य में उस से निश्चिन्त (निवृत) होना है; क्योंकि जब कार्यों को उसी समय निबटाया नहीं जायेगा तो आप पर पिछले शेष कार्य एकत्र हो जायेंगे, तथा उसके साथ आगामी कार्य भी सम्मिलित हो जायेंगे, जिसके कारण उसका भार बढ़ जायेगा, किन्तु जब आप प्रत्येक कार्य को उसके समय पर निबटा देंगे तो भविष्य कार्य पर विचार शक्ति और कार्य शक्ति के साथ ध्यान गमन हो सकेंगे।

(21) – तथा आप के लिये उचित है कि लाभकारक कार्यों में से सब से अधिक महत्वपूर्ण कार्य का चयन करें (फिर उस से कम महत्व का), तथा जिस चीज़ की ओर आप के हृदय का झुकाव हो और आप उस में अधिक रूचि रखते हों उस में (और उस के विपरीत में) अन्तर करें, क्योंकि उसका विपरीत उदासीनता, मलिनता, ग़म और अप्रसन्नता उत्पन्न करता है। और इस बात पर शुद्ध विचार तथा मशवरा द्वारा सहायता प्राप्त करें, क्योंकि मशवरा करने वाले को कभी पश्चात्ताप (पछतावा) नहीं होता, और जिस काम को आप करने की इच्छा रखते हों उसका बारीकी (सूक्ष्मता) के साथ गहन अध्ययन करें, फिर यदि मस्लहत (हित, भलाई) निश्चित हो जाये और आप उस का संकल्प कर लें तो अल्लाह तआला पर पूरा भरोसा रखें, निःसन्देह अल्लाह तआला भरोसा रखने वालों को प्रिय रखता है।

والحمد لله رب العالمين، وصلى الله على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم.

विषय सूची

विषय पृष्ठ संख्या

الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

تأليف

الشيخ عبد الرحمن بن ناصر السعدي
رحمه الله تعالى

باللغة الهندية

وكالة المطبوعات والبحث العلمي
وزارة الشؤون الإسلامية والدعوة والإرشاد
المملكة العربية السعودية

١٤٣٩ هـ